献　立　表

令和8年　10月

日付	曜日	朝　食	昼　食	夕　食	日付	曜日	朝　食	昼　食	夕　食
1	木	ハムステーキ スパサラダ 蒸し鶏と野菜の中華和 みそ汁	チキンソテー れんこん辛子マヨネーズ和 山菜スパゲティ みそ汁	のり塩チキンカツ カレーコロッケ 春雨と山菜の中華ソテー キャベツのバター醤油ソテー 野菜スープ	17	土	ハムステーキ 温泉たまご みそ汁 ふりかけ	豚ロースベッパー焼 ブロッコリーとツナのサラダ ひじき煮 みそ汁 ミルクドーナツ	鶏の唐揚 ほたて風味フライ 豚肉と大根のコクうま煮 春雨サラダ みそ汁
2	金	ロールパン フルーツヨーグルト スクランブルエッグ スティックハッシュドポテト コンソメスープ	ポークソテー 牛蒡と竹輪の炒め煮 春雨の酢サラダ みそ汁 オレンジゼリー	牛丼 切干のコンソメ煮 桃のゼリー 三角春巻	18	日	ロールパン チキントマトオムレツ ポテトサラダ コンソメスープ オレンジ	メンチカツ 大豆サラダ 五目切干大根煮 みそ汁	チキンチャップ 牛蒡マヨサラダ 南瓜の昆布煮 みそ汁
3	土	肉団子ケチャップ和 温泉たまご ふりかけ みそ汁	エビフライ 白身フライ 切干とあげの焼きそば風 ちくわの和物 みそ汁	トンカツ ごまとんかつソース ツナマヨきゅうり 筍のゴマきんぴら みそ汁	19	月	肉団子ケチャップ和 タマゴサラダ ふりかけ みそ汁	あぶらぁめん 錦キャベツ イカリングフライ ミニタイヤキ	豚の生姜焼 インゲンとコンニャクのピリ辛炒め キャベツのスープ煮 みそ汁 揚げギョウザ
4	日	ロールパン ベーコンソテー ゆで卵 バナナ コンソメスープ	ビーフカレー サラダ マカロニサラダ 牛肉コロッケ バニラムース	豚ロース焼肉ダレソテー 肉じゃが 切干大根サラダ みそ汁	20	火	ロールパン 炭火焼チキンステーキ もものヨーグルト添え 野菜スープ	豚丼 たこ焼き みそ汁 ソーダゼリー	鶏唐揚 シルバーサラダ 蓮根のゴマ金平 みそ汁
5	月	かに玉 トマトソース肉団子 グリーンサラダ のり佃煮 みそ汁	かりかりささみ揚げ 帆立クリーミーコロッケ ひじきと里芋の煮付 みそ汁	牛カルビ野菜炒め 切干のチンジャオソテー こんにゃくと小海老の煮物 みそ汁 おさつフライ	21	水	鯖塩焼 ひじき煮 納豆 みそ汁	カレーうどん 鶏の唐揚 錦キャベツ 豆乳プラマンジェ	あじフライ タルタルソース 高野と椎茸の中華煮 若布とオクラの和物 豚汁
6	火	ロールパン 炭火焼チキンステーキ 焼ポテト ビーフシチュー りんご	煮込みハンバーグ きのこの和風スパゲティ ツナ・野菜サラダ コンソメスープ	【特食】 えびフライ チーズinハンバーグ 牛ハラミのやわらかビーフカツ サラダ・コーンクリームスープ	22	木	ハムステーキベッパー焼 温泉たまご ふりかけ みそ汁	鶏肉のポン酢漬 ひじきとツナのサラダ 大根とベーコンのコンソメ炒め 野菜スープ	あらびきハンバーグ 濃厚おろしダレ マカロニキャロットコーンソテー じゃが芋のかか煮 みそ汁
7	水	鯖塩焼 味付もずく サラダ 牛蒡マヨサラダ みそ汁	豚丼 すまし汁 サラダ チョコクレープ	チキンステーキ 濃厚おろしダレ キャベツの洋風煮 市松煮 みそ汁	23	金	ツナコーントースト チキンナゲット ナポリタンスパゲティ りんご コンソメスープ	チキンソテー ツナ・野菜サラダ チンゲン菜と牛肉のオイスターソース炒め みそ汁	ビーフカレー 錦キャベツ フライドポテト 焼きプリンタルト
8	木	粗挽つくね 納豆 サラダ ピピンパ山菜 ごま風味チゲスープ	タンドリーチキン ビーフンソテー スパゲティサラダ みそ汁	豚肉のマヨネーズ炒 マカロニサラダ 切干のコンソメ煮 みそ汁	24	土	お好み焼き 山菜ピピンパ サラダ みそ汁	鮭塩焼 ほうれん草ごま和 紫いもコロッケ みそ汁	ポークソテー 切干大根のマヨネーズサラダ 筑前煮 みそ汁
9	金	ホットケーキ フライドチキン ポテトサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	焼きそば サラダ 揚シューマイ マンゴープリン わかめご飯	ビーフカレー フライドポテト グリーンリーフ ライチゼリー	25	日	ロールパン ベーコンソテー グリーンサラダ スティックハッシュドポテト コンソメスープ	豚肉チリソース炒め 焼そば風ビーフン 牛蒡マヨサラダ わかめスープ	鶏肉のバジルソース 海の幸マヨスパサラダ 筑前煮 みそ汁
10	土	だし巻 ハムステーキ ナポリタンスパゲティ ふりかけ みそ汁	塩唐揚げ シルバーサラダ 南瓜とあげの煮付 みそ汁	チーズチキンカツ 3種キノコのクリームコロッケ 和風スパソテー 春巻 わかめスープ	26	月	だし巻 野菜コロッケ 角切りポテトサラダ みそ汁	山賊焼 マカロニ磯風味サラダ 大根と刻み揚げのピリ辛炒め みそ汁	タルタルチキン南蛮 やわらかハンバーグ 大根と椎茸の旨煮 人参のキンピラ けんちん汁
11	日	クロワッサン バナナ 角切りポテトサラダ スティックハッシュドポテト コンソメスープ	ピザソースカツ 切干大根とあげの煮付 皮付き金平ゴボウ みそ汁	豚と牛蒡の味噌すき煮 里芋の昆布煮 マカロニサラダ みそ汁	27	火	ロールパン チキンナゲット フルーツカクテル コーンクリームスープ	牛肉のコチジャン炒め カレーコロッケ 牛蒡のしぐれ煮 みそ汁	ポークケチャップ 麻婆春雨 蓮根の炒め煮 みそ汁
12	月	炭火焼チキンステーキ 塩麹きんぴら みそ汁	鶏竜田揚 ちくわの中華スープ煮 竹の子土佐煮 みそ汁	牛肉の中華炒め 春巻 ブロッコリーとツナのサラダ 焼きそば風ビーフン みそ汁	28	水	ベーコンソテー のり佃煮 ナポリタンスパゲティ みそ汁	ビーフシチュー おさつフライ ブロッコリーとツナのサラダ ココアムース	チーズチキンカツ タルタルソース 切干の麻婆そぼろ炒め 人参とインゲンのサラダ 赤だし
13	火	クロワッサン ベーコンソテー タマゴサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	チキンソテー ピリ辛ビーフンソテー 四品目サラダ みそ汁	カツオカツ 蓮根の磯風味キンピラ 大根のスープ煮 みそ汁	29	木	たまごロール スティックハッシュドポテト 蓮根の昆布煮 みそ汁	鶏肉甘辛あんがらめ さつまいも天ぷら かぼちゃ天ぷら とり酢 わかめスープ	イワシしそフライ マカロニのマヨペッパーサラダ 大根と小海老の煮付 みそ汁
14	水	カニ入り玉子焼き 納豆 ふりかけ サラダ みそ汁	きつねうどん イカリングフライ サラダ はちみつレモンゼリー	豚焼肉 野菜コロッケ 葛切の中華和 白菜と椎茸の味噌煮 みそ汁	30	金	ホットドッグ マカロニサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	鶏唐揚 ペペロンチーノ 切干大根の中華サラダ みそ汁	親子丼 春雨のレモンサラダ ワッフル 桜漬
15	木	豆腐野菜ハンバーグ 錦キャベツ スパゲティサラダ みそ汁	お好み焼き 鶏唐揚げ フライドポテト 大豆のサラダ みそ汁	鶏肉の塩こうじ焼 春雨のオニオンサラダ マーボーキャベツ みそ汁	31	土	鯖塩焼 味付もずく ゴボウマヨサラダ みそ汁	白身フライ えびフライ スパサラダ 高野と椎茸の含煮 みそ汁	タンドリー風チキン 胡瓜とイカの辛子酢味噌和 ハムポテトフライ コンソメスープ
16	金	ホットドッグ ポテトサラダ グリーンサラダ チキンナゲット コンソメスープ	豚ニラキムチ 揚げギョウザ 春雨の中華サラダ 中華スープ	牛丼 牛肉コロッケ みそ汁 果のムース					